

Des del SIAD, Servei d'informació i atenció a les Dones de la Garrotxa, volem crear espais on les dones ens atrevim a provar i investigar amb nosaltres mateixes i amb d'altres. Generar entre nosaltres un intercanvi de coneixement, energia, cura i autocura, dedicar-nos un temps i un espai sense complexes. Totes tenim alguna cosa que sabem, coneixem, fem,... molt bé i que voldríem i podríem compartir amb altres dones. En aquesta línia us animem a participar en diferents tallers, on podeu tant rebre com donar...

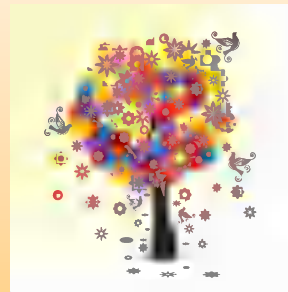
Perquè vull...perquè em comprometo amb mi mateixa...

TALLER "EXPRESSIÓ I ART" (Núria Gussinyer)

5/05 de 17 a 19h

Taller adreçat a experimentar amb el color i l'aquarel·la per tal de poder expressar-nos de forma abstracta, jugant amb els colors i les taques.

L'art està a l'abast de tothom i és una manera d'expressar-nos i comunicar-nos.



TALLER "TAPPING" (Núria Santayana)

18/05 de 10 a 12h ó 19/05 de 17 a 19h.

A través d'aquesta tècnica podem eliminar el desequilibri energètic, generant benestar...

TALLER "MOVIMENTS SISTÈMICS" (Pilar Gràcia)

2/06 de 17 a 19h

Utilitzarem aquesta eina per abordar conflictes personals, familiars, ...



TALLER "LA MÀGIA DEL TEATRE" (Montse Mundet)

16/06 de 10 a 12h

Tens ganes de connectar-te amb la teva Creativitat? Et proposo un espai on podràs experimentar amb les teves capacitats expressives a través del teatre.

Mitjançant exercicis de cos, veu i la teva imaginació, podràs posar-te en la pell d'un personatge. Viu la màgia del teatre en grup!!



Tots els tallers són **gratuïts** i podeu participar a tants com vulgueu

Cal portar **màrfega, estoreta i/o manteta**

Els tallers es realitzaran al **C/PROA,16** d'Olot

Cal fer inscripció prèvia a :

siadgarrotxa2013@gmail.com ó 687406782 (Núria Santayana)

